

# Hygiene- und Trainingskonzept des Schwimmclub Lambsheim 74

Stand: 12.08.2020

## Vorbemerkung

- Das Konzept folgt dem „dsv-Leitfaden: Voraussetzungen für den Wiedereinstieg in das vereinsbasierte Sporttreiben schaffen“, Stand: 12.05.2020
- Das Konzept berücksichtigt die Vorgaben aus der aktuellen 10. Corona-Bekämpfungsverordnung des Landes Rheinland-Pfalz vom 19. Juni 2020 sowie dem zugehörigen Hygienekonzept für Freibäder und Badeseen.
- Das Konzept ist mit dem Schwimmbadbetreiber abgestimmt und an alle Sportler\*innen / Eltern per Mail und homepage kommuniziert.
- Die Sportler\*innen erkennen die in diesem Dokument festgelegten Regeln und Verhaltensvorschriften an und verpflichten sich, sich dementsprechend zu verhalten. Bei Verstößen gegen diese Regelungen erfolgt ein zeitlich befristeter Ausschluss vom Training.
- Toiletten sind einzeln zu nutzen.
- Kurzduschen ist nur vor betreten und beim verlassen der Schwimmhalle zulässig unter Wahrung der Abstandsregeln
- Das Abstandsgebot von mindestens 1,5m ist stets einzuhalten.
- Beim Schwimmen ist eine Personenbegrenzung pro breiter Bahn festgelegt auf 10 Personen (max 30 Personen im großen Becken); im Lehrschwimmbekken ist die Begrenzung auf 11 Personen fest gelegt (gleichzeitig im Wasser).
- Es besteht die Pflicht zur Kontakterfassung unter Einhaltung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen. Die Daten sind für eine Frist von einem Monat aufzubewahren und nach Ablauf der Aufbewahrungsfrist unverzüglich zu löschen. Folgende Kontaktdaten sind zu erfassen: Name, Vorname, Anschrift, Telefonnummer.
- Personen mit Symptomen einer Atemwegsinfektion dürfen nicht am Training teilnehmen und dürfen die Sportstätte nicht betreten.
- Alle Personen müssen sich bei Betreten der Sportstätte die Hände desinfizieren oder waschen.
- Die Husten- und Niesetikette ist stets einzuhalten.
- Eine Mund-Nasen-Bedeckung muss im Eingangsbereich, Umkleiden und in Sanitärräumen getragen werden.
- Zuschauer (z.B. Eltern) sind während des Trainings nicht erlaubt.

## Allgemeine Abstandsregeln

- An Land stehend, ohne Übungen auszuführen / Anstehen für den Einlass in die Sportstätte: 1,5m Hygieneabstand
- Bei aufrechter Haltung im Wasser: 2m • Im Wasser beim Schwimmen: 3m auf Bahn und 2m Seitenabstand unter Ausnutzung der breiten Bahnen

## Nutzung der Umkleide, Duschen, Sanitärräume

- Alle Sportler\*innen müssen bereits in Schwimmbekleidung (angezogen unter der normalen Oberbekleidung) am Treffpunkt (= außen am Eingang Hallenbad) pünktlich erscheinen, damit ein Umziehen schnell erfolgen kann. Das Ablegen der Oberbekleidung erfolgt in den Sammelumkleiden mit maximal 10 Personen; ansonsten in den Einzelumkleiden unter Einhaltung der Abstandsregeln.
- Eine Mund-Nasen-Bedeckung muss am Treffpunkt (Eingangsbereich =Wartezone), Umkleiden und in den Sanitärräumen (Toilette) getragen werden.
- Vor und nach dem Training kann ein kurzes Abduschen (ohne Duschgel usw.) und anschließend Abtrocknen und Umziehen unter Einhaltung der Abstandsregeln erfolgen. Das Duschen nach dem Training mit Duschgel, etc. wird zu Hause durchgeführt.
- Die Benutzung der Umkleiden / Duschen muss zügig erfolgen. Hierbei sind die Anweisungen des zuständigen Trainers zu beachten.

## Schwimmbekken

- Begegnungsverkehr im Wasser innerhalb einer Schwimmbahn ist auszuschließen. Die Sportler\*innen nutzen immer die rechte Seite einer Bahn pro Richtung. Damit der Abstand gewahrt wird, erfolgt das Training auf breiten Bahnen.
- Es dürfen ausschließlich persönliche Trainingsutensilien (Paddels, Flossen, Bretter usw.) benutzt werden. Eine Mehrfachnutzung von Personen ist verboten. Es dürfen ausschließlich eigene Trinkflaschen benutzt werden.
- Das Hallenbad muss nach dem Training unverzüglich verlassen und Menschenansammlungen vermieden werden.
- Der dsv-Leitfaden empfiehlt ein Training von bis zu 8 Personen pro „Doppelbahn“ auf der 25m Bahn. Ausnahme: Der Abstand zwischen zwei Sportler\*innen kann auf bis zu 2 Meter reduziert werden, wenn die Trainingsgruppe ein vergleichbares Leistungsniveau hat. Demnach dürften dann 12 Personen (25m-Becken) auf einer Doppelbahn trainieren. Im Kreisbad zulässig sind max. 10 Personen pro 4,17m breiter Bahn (30 Personen im großen Becken) und max. 11 Personen im Lehrschwimmbekken.
- Bei Ansagen der Trainer an die Sportler\*innen ist ein Abstand von 1,5m einzuhalten.
- Die Sportler\*innen werden bei den Traineransagen und beim Start jeder Trainingssequenz auf beide Seiten der Bahn aufgeteilt. Auf jeder Seite der Bahn verteilen sich die Sportler\*innen zudem auf die rechte und linke Seite der Doppelbahn und platzieren sich so im Wasser, dass der Mindestabstand von 1,5m in jede Richtung eingehalten wird.
- Die Trainer halten sich im Bereich ihrer jeweiligen Bahn hinter den Startblöcken auf und halten auch untereinander einen Abstand von 1,5m ein. Zur Beobachtung des Trainings wird zudem der längsseitige Beckenumgang genutzt.
- Die anwesenden Trainer sind die vom Verein benannten Personen, die für die Einhaltung der Regelungen verantwortlich sind (für die jeweils betreute Bahn / Trainingsgruppe).